



Kur- und
Klinikverwaltung
Bad Rappenau



Kur- und
Klinikverwaltung
Bad Rappenau

Wer trägt die Kosten für BETSI?

Bis auf die Eigentrainingsphase werden die Kosten der Gesundheitsprävention von der Deutschen Rentenversicherung Baden-Württemberg übernommen.

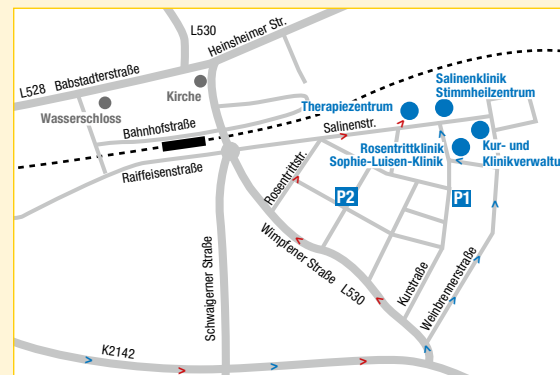
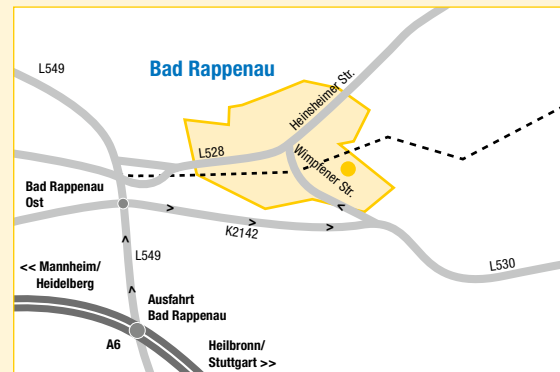
Wie sind Sie während BETSI finanziell abgesichert?

Für die Zeit in der Rehaklinik erhalten Sie Entgeltfortzahlung von Ihrem Arbeitgeber oder Übergangsgeld von der Deutschen Rentenversicherung Baden-Württemberg.

Haben Sie Interesse an BETSI?

Um an der Gesundheitsprävention BETSI teilzunehmen, wenden Sie sich bitte an unsere regionalen Ansprechpartner vor Ort in den Gemeinsamen Servicestellen für Rehabilitation. Dort erhalten Sie weitere Informationen und die erforderlichen Antragsunterlagen. Interessierte Betriebe beraten wir auch gerne individuell.

Anfahrt



Kur- und Klinikverwaltung
Bad Rappenau GmbH | Salinenstraße 30 | 74906 Bad Rappenau
Telefon: 072 64 86 21 31
anmeldung@therapiezentrum-bad-rappenau.de

Einzelne Anwendungen können auch in den Kliniken der Kur- und Klinikverwaltung stattfinden.



BETSI

**Beschäftigungsfähigkeit
teilhabeorientiert sichern**

Das Präventionsprogramm für Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer, die in ihrem Berufsleben besonderen Belastungen ausgesetzt sind

Was ist BETSI?

BETSI (Beschäftigungsfähigkeit teilhabeorientiert sichern) ist ein Präventionsprogramm der Deutschen Rentenversicherung, das dem Erhalt der Gesundheit und der Arbeitsfähigkeit dient.

Ziele von BETSI

Steigende Anforderungen im Beruf und die Zunahme chronischer Erkrankungen lassen viele Menschen daran zweifeln, dass sie bis ins Rentenalter berufstätig sein können. Häufig werden leichtere Beschwerden ignoriert und zu spät angegangen.

Für wen ist BETSI geeignet?

BETSI ist das Richtige für Beschäftigte, die zu wenig Bewegung, Probleme mit dem Gewicht und der Ernährung haben, die unter Rückenschmerzen, Bluthochdruck oder Diabetes Mellitus leiden.

Für wen ist BETSI nicht geeignet?

BETSI ist nicht geeignet für Beschäftigte, die bereits unter massiven gesundheitlichen Beschwerden leiden. Hier besteht unter Umständen ein Anspruch auf eine medizinische Rehabilitationsmaßnahme.

Das will BETSI erreichen:

- Lebensqualität in Beruf und Freizeit steigern
- Arbeitskraft und Erwerbsfähigkeit bis ins Rentenalter sichern
- Berufliche Ausfallzeiten reduzieren
- Gesunde Lebens- und Arbeitsstrategien fördern
- Den Umgang mit körperlicher und psychischer Anspannung verbessern

Dauer und Ablauf von BETSI

Initialphase:	Ambulante Trainingsphase:	Eigentrainingsphase:	Auffrischungsphase:
3 Tage ambulant Do-Sa 5-6 Std.	3 Monate 24 Einheiten à 1,5 Std. 2x wöchentlich	3-6 Monate Der Teilnehmer setzt sein Training selbstständig fort	1 Tag, 5-6 Std.

Die Präventionsleistung ist modular aufgebaut, wird in Gruppen von bis zu 10 Teilnehmern durchgeführt und hat folgende Inhalte:

Initialphase:

Ärztliche Aufnahme, Kennenlernen der Gruppe, Programmeinführung.
Aktive Einheiten in der Medizinischen Trainingstherapie und Schulungen zu den Themen Ernährung, Stressbewältigung und Bewegung.

Ambulante Trainingsphase:

Gesundheitsorientiertes Training mit Kräftigungs- und Koordinationsübungen, ergonomische Übungen (schonende Körperhaltung und Bewegungsabläufe). Zielformulierungen und Motivationshilfen, Abschlussdiagnostik und Übergang in die Eigentrainingsphase.

Termine für die ambulante Trainingsphase:

09. Januar 2018
27. Februar 2018
03. Juli 2018
25. September 2018

Termine für Initialphase auf Nachfrage möglich

Eigentrainingsphase:

Die Erfolge der Trainingsphase festigen Sie mit dem Selbstübungsprogramm für zu Hause.

Auffrischungsphase:

Auffrischung und Festigung des zuvor Erlernten durch weitere Therapieeinheiten. Impulse zur Stabilisierung eines gesunden Lebens.